Communiqué de presse

DES CHERCHEURS DÉCOUVRENT POURQUOI LE YOGOURT DIMINUE LE RISQUE DE SOUFFRIR DE DIABÈTE

Québec, le 15 mars 2022 – On savait depuis quelques années que la consommation de yogourt est associée à une réduction du risque de souffrir de diabète, mais les causes de cet effet protecteur demeuraient inconnues. Une étude publiée aujourd'hui dans la revue scientifique *Nature Communications* par des chercheurs du Centre de recherche de l'Institut universitaire en cardiologie et en pneumologie de Québec - Université Laval (l'Institut), de l'Université Laval et de Danone Nutricia Research révèle que cette protection proviendrait en partie du microbiote intestinal ainsi que de composés peu connus produits par les bactéries lactiques du yogourt.

« Ces composés, appelés hydroxyacides à chaîne ramifiée (BCHA), résultent de l'action des bactéries lactiques du yogourt sur des acides aminés naturellement présents dans le lait, explique le co-responsable de l'étude, Dr André Marette, chercheur au Centre de recherche de l'Institut et professeur à la Faculté de médecine de l'Université Laval.

Les chercheurs ont fait cette découverte alors qu'ils s'intéressaient aux effets du yogourt sur des souris soumises à une diète riche en sucres et en graisses. Un des groupes recevait l'équivalent de deux portions quotidiennes de yogourt. Au terme de cette expérience de 12 semaines, les chercheurs ont constaté un meilleur contrôle de la glycémie, de la résistance à l'insuline et des fonctions du foie dans le groupe consommant du yogourt. En analysant tous les métabolites présents dans leur foie, ils ont observé des changements du côté des BCHA.

« Dans le groupe qui n'avait pas reçu de yogourt, l'abondance de ces composés dans le sang et dans le foie a diminué avec la prise de poids. En revanche, dans le groupe consommant du yogourt, leur abondance s'est maintenue en partie, souligne le professeur Marette, qui est aussi chercheur à l'Institut sur la nutrition et les aliments fonctionnels (INAF). De plus, l'abondance de ces composés dans le foie était liée à l'amélioration de la glycémie et des triglycérides hépatiques. »

« Les BCHA sont présents dans les produits laitiers fermentés, mais leur abondance est particulièrement élevée dans le yogourt. Notre organisme en produit naturellement, mais cette production semble altérée par la prise de poids », précise Hana Koutnikova, PhD, co-responsable de l'étude chez Danone Nutricia Research. Une prochaine étape pourrait être de déterminer si un apport alimentaire en BCHA peut compenser la baisse qui accompagne la prise de poids et aider à rétablir les fonctions métaboliques normales chez les personnes obèses.

Les chercheurs de l'Institut et de l'Université Laval qui ont cosigné l'étude parue dans *Nature Communications* sont Noëmie Daniel, Renato Tadeu Nachbar, Thibault Vincent Varin, Adia

Ouellette, Andréanne Gagné, Jocelyn Trottier, Philippe St-Pierre, Bruno Marcotte, Marie-Julie Dubois, Philippe Joubert, Olivier Barbier et André Marette. Les chercheurs de Danone Nutricia Research cosignataires de l'étude sont Thi Thu Trang Tran, Aurélie Cotillard, Laurent Quinquis, Marion Poirel, Mathilde Saccareau et Hana Koutnikova.

- 30 -

À PROPOS DE L'INSTITUT – IUCPQ.qc.ca

Annuellement, 13 757 * personnes y sont hospitalisées et 115 654 visites sont réalisées en mode ambulatoire pour 41 670 usagers. Le bassin de desserte s'élève à plus de deux millions d'habitants, soit environ 30 % de la population du Québec. Affilié à l'Université Laval, l'établissement compte sur la collaboration et le dévouement de 3 500 employés, médecins, professionnels, chercheurs, gestionnaires et bénévoles pour offrir des soins et des services de qualité aux clientèles hospitalisées et ambulatoires. L'Institut offre notamment des programmes de soins et de services spécialisés et ultraspécialisés pour le traitement des maladies cardiovasculaires, respiratoires et des maladies reliées à l'obésité. Les médecins et les professionnels de la santé de l'Institut possèdent une vaste expertise et contribuent à faire avancer la science de la médecine. L'Institut a aussi comme mission d'évaluer des technologies et des modes d'intervention en santé. Le Centre de recherche de l'Institut est reconnu internationalement pour la qualité de ses travaux de recherche.

* Données financières 2020-2021

À PROPOS DU CENTRE DE RECHERCHE

Le Centre de recherche a comme vision d'être un acteur international déterminant dans la lutte contre les maladies chroniques sociétales grâce à son modèle de recherche intégrée en cardiologie, en pneumologie et en obésité-métabolisme. Le Centre de recherche compte sur la collaboration de 177 chercheurs et médecins chercheurs, dont plusieurs sont reconnus comme étant des chefs de file dans leur domaine. Ces chercheurs, de renommée internationale, sont parmi les plus productifs au Québec. De plus, l'arrimage parfait des axes de recherche aux spécialisations de l'Institut assure une synergie entre les cliniciens et les chercheurs, permettant ainsi un transfert rapide des connaissances vers les soins.

À PROPOS DE L'UNIVERSITÉ LAVAL – ulaval.ca

Université d'impact, animée par un esprit d'innovation et la recherche de l'excellence, l'Université Laval fait partie des principales universités de recherche au Canada, se classant au 7e rang avec des fonds de plus de 426 M$ alloués à la recherche l'an dernier. Leader en formation à distance, elle compte plus de 1 650 professeures et professeurs, près de 2 300 chargées et chargés de cours et autres membres du personnel enseignant et de recherche qui partagent leur savoir avec quelque 55 000 étudiantes et étudiants annuellement, dont 27 % aux cycles supérieurs. L'Université valorise la diversité et est fière des membres de sa communauté, qui proviennent de 130 pays. Plus ancienne université francophone d'Amérique du Nord, l'Université Laval a formé à ce jour plus de 326 000 personnes qui participent, chacune à leur façon, au progrès des sociétés.

À PROPOS DE LA FONDATION IUCPQ

La Fondation IUCPQ a pour rôle de promouvoir et de soutenir l'œuvre de l'IUCPQ-UL dont la mission principale est la santé des personnes atteintes de maladies cardiovasculaires, respiratoires et de celles reliées à l'obésité. Au cours des dernières années, la Fondation a contribué pour près de 40 millions de dollars en finançant l'achat d'équipements spécialisés et

en participant au financement de la recherche et de l'enseignement, et ce, au plus grand bénéfice de la population du centre et de l'est du Québec, soit plus de 2,2 millions de personnes.

Pour information :
Joël Clément, M.A. communications
Conseiller cadre aux relations publiques, médiatiques et ministérielles
Direction des ressources humaines et des communications
Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec – Université Laval
joel.clement@ssss.gouv.qc.ca

Équipe des affaires publiques
Université Laval
medias@ulaval.ca